

Czym jest PDA?

Wprowadzenie do profilu spektrum autyzmu

Zespołu Patologicznego Unikania

Spis treści

2	Czym jest PDA?
3	Profil PDA
4	Jak można odczuwać PDA?
5	Pozytywnie o PDA
6	Nie wszystkim po równo
7	Czym są wymagania?
9	Czym jest unikanie wymagań?
11	Jak przejawia się unikanie wymagań
12	Rozpoznawanie PDA
14	Strategie wsparcia
16	Strategie samo-pomocy
18	Co może oznaczać PDA
19	Zalety zrozumienia profilu PDA
21	Dowiedz się więcej
22	O Stowarzyszeniu PDA

Czym jest PDA

PDA (Pathological Demand Avoidance) jest powszechnie uznawane za profil spektrum autyzmu, obejmujący unikanie codziennych wymagań oraz użycie „społecznych” strategii jako elementu unikania.

Podczas gdy autyzm jest rozpoznawalnym terminem, nasze rozumienie pełnej rozpiętości i skomplikowania spektrum autyzmu nadal ewoluuje.

Narodowe Towarzystwo Autystyczne* opisuje autyzm jako „trwające całe życie zaburzenia rozwojowe wpływające na to, jak ludzie komunikują się i wchodzą w interakcje ze światem”. Wielu autystycznych samorzeczników uznaje za właściwy model społeczny niepełnosprawności i postrzega wachlarz różnic neurologicznych jako część naturalnej ludzkiej różnorodności (neuroróżnorodność).

*(*brytyjska organizacja charytatywna działająca na rzecz osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu)*

Profil PDA

Profil autyzmu PDA oznacza, że poszczególne osoby łączą cechy autystyczne...

- aktualnie definiowane jako „przewlekłe trudności w komunikacji i interakcjach społecznych” oraz „ograniczone, powtarzalne wzory zachowań, aktywności lub zainteresowań”
- często obejmujące odmiennie doświadczenia sensoryczne odnoszące się do wzroku, węchu, smaku, dotyku, słuchu i odczuć z wnętrza ciała, takich jak głód lub pragnienie

... a dodatkowo posiadają wiele z „kluczowych charakterystyk” profilu PDA:

- unikanie i opór względem codziennych życiowych wymagań
- użycie „społecznych” strategii jako elementu unikania (patrz „Jak przejawia się unikanie wymagań?”)
- sprawianie wrażenia towarzyskości, przy braku pewnego faktycznego rozumienia – osoby te mogą wydawać się bardziej towarzyskie niż można by oczekiwać (np. wykazywać więcej „stereotypowego” kontaktu wzrokowego lub umiejętności prowadzenia rozmowy), ale może to maskować zasadnicze różnice i trudności w interakcjach społecznych i porozumiewaniu się
- doświadczanie gwałtownych emocji i zmian nastroju
- sprawianie wrażenia swobody w odgrywaniu ról, udawaniu i fantazjach – czasami w skrajnym nasileniu
- intensywnie skupianie uwagi, często na innych osobach – w PDA „powtarzalne lub ograniczone zainteresowania” często są społecznej natury, odnoszą się do prawdziwych lub wymyślonych osób
- potrzeba kontroli, często spowodowana niepokojem lub będąca automatyczną odpowiedzią na zagrożenie (reakcja “walki lub ucieczki”) w obliczu wymagań
- brak podatności na konwencjonalne podejścia w opiece, wychowaniu czy nauczaniu

Jak można odczuwać PDA?

„Lubię opisywać doświadczanie bycia pod presją wymagań jako uczucie podobne do klaustrofobii. Napięcie ciągle rośnie, dopóki nie przemieni się w niemożliwą do uniknięcia, paniczną potrzebę ucieczki od źródła wymagań.” - Tony

„Unikanie wymagań brzmi jakbym unikała różnych rzeczy specjalnie, ale ja dosłownie nie mam żadnego wyboru. Dlatego wolę nazywać to lękiem przed wymaganiami” – Tally (cytat z książki „Czy mnie widzisz?” opublikowanej przez Scholastic)

„To tak, jakbyś grała na komputerze używając głównego kontrolera, ale czasem ktoś wyrywa ci ten sterownik, tracisz kontrolę i czujesz, że zaczynasz panikować” - Mollie

„Najbardziej denerwuję się, kiedy jestem naciskany, chociaż czuję, że nie mogę czegoś zrobić, ale ludzie dookoła nie rozumieją co mam na myśli mówiąc „nie mogę tego zrobić”. Wiem jak robić różne rzeczy, czasem je wykonuję, ale przez większość czasu po prostu nie jestem w stanie. Zaczyna się od unikania, ale jeśli ktoś nalega od razu panikuję. Przechodzę od dobrego samopoczucia do załamania. Najbardziej frustrujące jest kiedy posiadasz zdolności do rozumienia tego co się dzieje, ale brakuje ci zdolności wykonawczych. To najgorsza forma auto-sabotażu.” - Izaak

„Unikanie wymagań jest wszechobecne. Po całym dniu spędzonym w towarzystwie ludzi mogę potrzebować tygodnia na regenerację. Mój “zbiornik na niepokój” nie opróżnia się sam z siebie. Nigdy nie chcę dotrzeć do punktu, w którym jest pełen, a wtedy moje zdolności poznawcze są zbyt zaburzone i przestają dawać sobie radę.” - Julia

Pozytywnie o PDA

Ważne jest, aby nie skupiać się na liście „deficytów” i nie zapominać, że każdy z nas jest inną osobą... jest mnóstwo mocnych stron i pozytywnych cech, które często idą w parze z PDA.

Niektóre określenia użyte przez rodziców, poproszonych o podanie pozytywnych cech swoich dzieci z PDA:

Uroczy, zdeterminowany, ciekawski, odważny, inteligentny, bystry, o bujnej wyobraźni, kreatywny, zabawny, utalentowany, troskliwy, dowcipny, pełen pasji, niezależny, współczujący, kochający, sprytny

Niektóre cechy używane przez dorosłych z PDA do opisania samych siebie, zebrane z grup na Facebooku:

Lojalny, odważny, zabawny, empatyczny, niezmordowany, zdeterminowany, kreatywny, charyzmatyczny, wrażliwy, niezłomny, z wyobraźnią, niezależny, uparty, uczciwy

Nie wszystkim po równo

Autyzm jest „wielowymiarowy” – obejmuje złożony i przenikający się układ mocnych stron, różnic oraz wyzwań, odmiennych u poszczególnych osób, a także u tej samej osoby w różnych momentach jej życia (zależnie od wieku, zdrowia fizycznego/stanu psychicznego, możliwości w danym momencie) lub w różnym otoczeniu (nie tylko w otoczeniu fizycznym, ale także w relacjach społecznych).

Profil autyzmu PDA może być „ekstrawertyczny”, kiedy unikanie wymagań jest dość oczywiste, lub „introwertyczny”, kiedy opór wobec wymagań jest raczej cichym sprzeciwem, a trudności są maskowane. Nie wszyscy są jednakowi, więc także metody wsparcia muszą być szyte na miarę dla każdej osoby.

Czym są wymagania?

Dla osoby z PDA “wymagania” są liczne i wszechstronne. Może być pomocne rozważenie różnych „rodzajów” wymagań, między innymi:

Bezpośrednie pytania lub żądania – np. „załóż buty”, „usiądź tu i poczekaj”, „ureguluj rachunek” albo „chciałbyś się czegoś napić?”.

Wymagania niebezpośrednie – takie jak pochwały (które mogą prowadzić do niepokoju związanego z przyszłymi oczekiwaniami, bardziej niż z zamierzenia wspierać)... „energiczność” innych ludzi... ograniczenia czasowe (będące dodatkowym wymaganiem, na dokładkę do pierwotnego)... niepewność (badania na Uniwersytecie Newcastle wykazały, że brak tolerancji dla niepewności jest znaczącym czynnikiem w PDA, przy czym autyści o profilu PDA potrzebują widzieć i czuć swoją kontrolę nad wydarzeniami).

Wymagania wewnątrz wymagań – mniejsze wymagania implikowane przez większe wymagania (np. w wymaganiach dotyczących pójścia do kina zawarte są wymagania pozostania w pozycji siedzącej, właściwych reakcji, siedzenia obok nieznanym, bycia cicho, itd.).

Codzienne powinności – takie jak wstawanie, mycie się, ubieranie, nauka, sen...

Nasze własne wewnętrzne wymagania – takie jak pragnienie lub potrzeba skorzystania z toalety, a także myśli i życzenia.

Rzeczy które chcemy robić – jak uprawianie hobby, spotkania z przyjaciółmi, szczególne okazje... nie tylko rzeczy, których moglibyśmy nie chcieć robić, jak praca domowa lub zajmowanie się domem.

Czym są wymagania? - Julia Daunt

Prawa, zasady społeczne, wybory, instrukcje ustne, pragnienia, „porządek dziobania”, oczekiwania, zachcianki, potrzeby, polecenia, grafiki, cele, przepisy, instrukcje obrazkowe, zasady, obietnice, instrukcje pisemne, znaki, wymagania bezpośrednie, wymagania implikowane, pytania, rozkazy, wnioski, odpowiedzi, rozkłady, relacje, wykresy, tworzenie tej listy!

Czym jest unikanie wymagań?

„Unikanie wymagań” obejmuje niemożność wykonania niektórych rzeczy w pewnych momentach, odnosi się także do rzeczy, które robimy w celu uniknięcia wymagań. Jest naturalną ludzką cechą – unikanie wymagań jest czymś, co wszyscy robimy w różnym stopniu i z różnych powodów.

Może występować wiele możliwych powodów bardziej wyraźnego unikania wymagań – może to być spowodowane daną sytuacją; może odnosić się do zdrowia fizycznego lub psychicznego; może odnosić się do stanu rozwoju lub osobowości. Czasem ciężko jest rozróżnić leżące u podstaw powody, a „profil PDA” niekoniecznie jest zawsze najlepszym wytłumaczeniem skrajnego unikania wymagań.

Patologiczne unikanie wymagań obejmuje wszystkie obszary życia i ma kilka szczególnych cech:

- wiele codziennych zobowiązań jest unikanych jedynie dlatego, że są zobowiązaniami. Niektórzy ludzie tłumaczą, że samo wymaganie (od siebie lub kogoś innego) prowadzi do poczucia braku kontroli, po czym narasta zdenerwowanie i może wystąpić atak paniki
- dodatkowo, unikanie może być irracjonalne – przykładowo: na pozór dramatyczna reakcja na drobną prośbę, lub uczucie głodu niewytłumaczalnie powstrzymujące kogoś od jedzenia
- unikanie może się różnić, zależnie od możliwości zniesienia oczekiwań w danym czasie, poziomu lęku, stanu/zdrowia ogólnego lub od otoczenia (ludzi, miejsc i rzeczy). Unikanie wymagań z powodu PDA nie jest wyborem i trwa całe życie – jest obserwowane już u niemowląt i pozostaje częścią indywidualnego

doświadczenia aż do późnej starości. Z pomocą zrozumienia, pomocnego podejścia innych osób, oraz odnalezienia sposobów samopomocy i strategii przetrwania można lepiej radzić sobie z unikaniem wymagań spowodowanym przez PDA.

Jak przejawia się unikanie wymagań?

Osoby z PDA mogą po prostu odmawiać, wycofywać się, zamykać się w sobie lub uciekać aby uniknąć różnych rzeczy, jednak częściej wypróbowują najpierw bardziej „społeczne” metody – badania przeprowadzone na Uniwersytecie Newcastle pokazują, że zwykle istnieje hierarchia metod unikania (choć eskalacja może być bardzo szybka, szczególnie przy dużym nacisku). Początkowe metody unikania mogą obejmować rozpraszanie (zmiana tematu lub nawiązanie wciągającej rozmowy), ociąganie się, usprawiedliwianie się (tłumaczenie czemu nie można czegoś zrobić), wskazywanie na swoją niepełnosprawność (mówienie „moje nogi nie działają” czy „przykro mi, to by pogorszyło mój artretyzm”), wycofywanie się w świat fantazji lub odgrywanie ról, albo ograniczanie rzeczowej rozmowy.

Jeśli te metody nie pozwalają na uniknięcie wymagania – lub nie są zauważalne albo nie wzbudzają reakcji innych osób – może nastąpić szybka eskalacja, kiedy rozpoczyna się atak paniki i kurczą się dostępne opcje. Nie jest to świadomy wybór, jest to instynktowna reakcja walka/ucieczka/zamrożenie/nadskakiwanie. Kryzysy („meltdowns”) w PDA należy rozumieć jako ataki paniki. Zrozumienie tej hierarchii metod unikania jest kluczowe, kiedy rozważamy skuteczne techniki wsparcia.

Rozpoznawanie PDA

Rozpoznawanie profilu PDA może być trudne i jego obraz kliniczny nierzadko bywa:

- przeoczany – ponieważ nieraz leżący u podstaw autyzm może być z początku mniej oczywisty; lub ponieważ indywidualny zespół objawów może być różny od tego, jak część ludzi uważa, że „wygląda autyzm”; lub ponieważ konkretne osoby „maskują” swoją odmienność (maskowanie oznacza ukrywanie lub powstrzymywanie od okazania swojej odmienności/swoich trudności w niektórych środowiskach lub przy konkretnych osobach)
- nierozumiany – ponieważ często następuje skoncentrowanie na „zachowaniach”, a nie ich pierwotnych przyczynach; lub ponieważ inne czynniki są uznawane z pierwotną przyczynę (niestety, w przypadku dzieci obwinianie rodziców jest powszechnym problemem). Jednakże należy pamiętać, że PDA nie jedynym wytłumaczeniem istotnego klinicznie unikania wymagań
- błędnie diagnozowany – ponieważ występuje nakładanie się objawów klinicznych PDA oraz innych zaburzeń, PDA jest czasem błędnie diagnozowane jako zaburzenia opozycyjno-buntownicze (ODD), zaburzenia zachowania (CD), reaktywne zaburzenia przywiązania w dzieciństwie (RAD), zaburzenia osobowości lub trauma rozwojowa. Badania dr Judy Eaton i Kaylee Weaver wskazują na wątki w historii rozwoju dziecka, które pomagają w rozróżnieniu pomiędzy PDA i niektórymi innymi zaburzeniami.

Podczas gdy aktualnie istnieje cały szereg klinicznych i akademickich poglądów na temat PDA, najważniejsi opiniotwórcy zgadzają się, że istnieje „rozpoznawalny zbiór objawów”, co ma znaczenie w kwestii zapewniania wsparcia. Podczas badań należy zawsze uwzględniać indywidualne mocne strony oraz potrzeby; unikanie wymagań jest wymienione w wytycznych NICE* (odnośnie wsparcia osób autystycznych), powinno zatem być rozpoznawane i szczególnie uwzględniane w przypadkach, gdy jest ono istotne. Oznaczenie profilu PDA w całościowej diagnozie

autyzmu jest pomocne, gdyż zapewnia wytłumaczenie objawów, które inaczej mogłyby być trudne do oceny oraz uwypatnia potrzebę zastosowania różnych podejść w celu zapewnienia wsparcia.

NICE (National Institute for Health and Care Excellence, kiedyś: **National Institute for Clinical Excellence) jest agencją ministerstwa zdrowia Wielkiej Brytanii odpowiedzialną za opiniowanie procedur medycznych i rekomendowanie ich finansowania przez NHS (publicznego płatnika w UK).*

Strategie wsparcia

Typowe metody oparte na sztywnych granicach i użyciu nagród, konsekwencji oraz pochwał, lub metody rekomendowane dla osób autystycznych (takie jak zapewnienie rutyny, struktury, przewidywalności) często są nieefektywne lub wręcz przeciw-skuteczne przy profilu PDA.

Podejście oparte o niski stan pobudzenia, które utrzymuje minimalny poziom napięcia i zapewnia poczucie kontroli, jest dobrym punktem wyjścia do rozważań na temat skutecznych strategii działania dla osób o profilu PDA. Partnerstwo oparte o zaufanie, elastyczność, współpracę, uważny dobór słownictwa oraz wyważanie wymagań działa najlepiej.

Naszym symbolem jest panda, gdyż osoby z PDA często potrzebują rozwiązań dostosowanych do indywidualnych potrzeb aby rozkwitnąć, a litery P A N D A tworzą przydatny akronim pomocnych strategii wsparcia....

P - przebieraj w wyzwaniach

- ogranicz zasady do minimum
- umożliwiał dokonywanie wyborów i kontrolę sytuacji
- tłumacz powody
- zaakceptuj, że niektórych rzeczy nie da się zrobić

A - administruj napięciem

- używaj podejścia opartego na niskim poziomie pobudzenia
- ogranicz niepewność
- zidentyfikuj leżące u podstaw unikania napięcie społeczne/sensoryczne
- planuj z wyprzedzeniem
- traktuj kryzysy jak ataki paniki: wspieraj w trakcie i ruszaj dalej

N - negocjuj i współpracuj

- zachowaj spokój
- aktywnie współpracuj i negocjuj aby pokonać wyzwania
- wiarygodność i zaufanie są kluczowe

D - dostosowuj i maskuj wymagania

- formułuj prośby niebezpośrednio
- ciągle sprawdzaj otwartość na wymagania

A - adaptuj

- próbuj humoru, odwrócenia uwagi, nowości i odgrywania ról
- bądź elastyczny
- miej plan B
- zarezerwuj większą ilość czasu
- próbuj zrównoważyć ilość “brania i dawania”

Strategie samo-pomocy

Jeżeli czujesz, że pasujesz do opisu PDA, poniższe sugestie samopomocy, strategii przetrwania i terapii zebrane przez dorosłych z PDA mogą być dla Ciebie pomocne... są one opisane szczegółowo na naszej stronie i obejmują pomysły takie jak:

- rozpoznawanie czym są wymagania i jak ich unikasz, budowanie świadomości czynników wywołujących opór
- akceptacja siebie - zrozumienie jak możesz się “maskować” i odnalezienie “swojego plemienia”
- znajdowanie sposobów na dostosowanie, obniżenie i zamaskowanie wymagań - wyznaczenie czasu wolnego od wymagań
- informowanie innych i proszenie o dostosowania - wypróbowywanie różnych warunków/sposobów pracy
- rozważenie terapii indywidualnej, treningu uważności lub medytacji

Mamy nadzieję, że ta oraz poprzednie strony pokazują, że “brak wymagań” nie jest rozwiązaniem - chodzi o tworzenie dostosowań oraz znajdowanie sposobów na uczynienie wymagań znośniejszymi.

„Wybrałem raczej specjalistyczny zawód... praca w niszowym środowisku oznacza, że nie ma zwyczajowej presji finansowej i pilnowania terminów. Praca w firmie, która praktykuje podejście skoncentrowane na osobie oznacza, że dostaję przestrzeń na przemyślenie i przetworzenie informacji we własnym tempie. Oprócz udogodnień w pracy zawodowej, wypracowałem przez lata wiele strategii przetrwania, które pomagają mi radzić sobie z przeciwnościami w życiu. Zaliczam się do szczęśliwców.” - Tim

„Każda rzecz którą robię, wymaga walki z unikaniem wymagań, więc mogę zrobić tylko część tego, co bym chciała... świadomość moich ograniczeń dała mi mądrość i pewność siebie aby stawiać sobie cele, które mogę osiągnąć.” - Sally

„Łatwiej robić różne rzeczy, kiedy można się z nich śmiać, więc jeśli zamienimy je w zabawę, uda się je wykonać. Jeżeli mogę odwrócić swoją uwagę rozmowami, muzyką i wymyślanymi piosenkami/rymowankami, mogę wykonać zadanie na autopilocie.” - Becca B.

„Odkryłam, że zostawiając sobie „wyjście” ułatwiam sobie sprostanie wymaganiom, ponieważ wiem, że mogę zmienić zdanie w każdej chwili.” -Riko

„Muszę podziękować mojej partnerce za to stwierdzenie: „Wymaganie współdzielone, to wymaganie w pół podzielone”. Włącza mnie w gotowanie, pranie, sprzątanie... co, jak wiem, sprawia, że są dla niej znośniejsze. Więc dzielcie się wymaganiami, a obciążenie się zmniejszy.” - Paul (partner dorosłej osoby z PDA)

* cytaty z „PDA dla PDA'owców”, Jessica Kingsley Publishers

Co może oznaczać PDA

Wszystkie badania wskazują, że wczesne poznanie swoich mocnych stron i potrzeb, łącznie z odpowiednim zrozumieniem i wsparciem ze strony otoczenia, jest kluczowe dla osiągnięcia długofalowych korzyści.

Niektórzy dorośli z PDA kwitną w pracy, szczególnie takiej, w której mają wystarczającą kontrolę i którą są głęboko zainteresowani. Inni mogą regularnie zmieniać pracę (z wyboru lub konieczności) albo uznają samozatrudnienie za bardziej owocną formę pracy, podczas gdy jeszcze inni mogą odkryć, że nie potrafią funkcjonować w środowisku zawodowym. Niektórzy mogą potrzebować znaczącego wsparcia ze strony bliskich lub systemu wsparcia; inni nie potrzebują żadnego.

Dzieci i młodzi dorośli mogą mieć trudności w środowisku szkolnym, a unikanie szkoły jest powszechne dla osób z PDA. Czasem szkoły są w stanie wprowadzić odpowiednie dostosowania, efektywne bywają placówki specjalistyczne, a niektóre rodziny stwierdzają, że w przypadku ich dzieci sprawdza się edukacja domowa. W innych przypadkach młodzi ludzie są w stanie „maskować się” w szkole, ale mogą potrzebować czasu i przestrzeni, żeby uwolnić napięcie po powrocie do domu. Większość rodziców odkrywa, że musi wprowadzić znaczne adaptacje swego stylu rodzicielstwa, aby sprostać potrzebom swojego dziecka.

Chociaż nasze badanie z 2018 roku wykazało, że profil PDA u osób autystycznych często skutkuje brakiem zrozumienia dla tych osób oraz ich rodzin, liczymy na zmiany w tej kwestii, ponieważ zrozumienie PDA oraz pomocnych strategii wzrasta.

Zrozumienie PDA może zupełnie przeobrazić widoki na przyszłość.

Zalety zrozumienia profilu PDA

„Odkrycie PDA było olbrzymim olśnieniem! Wrażenie wagi tego odkrycia ugruntowało się, kiedy zaczęliśmy wypróbowywać zalecane podejście... to zupełnie zmieniło nasze życie: przeszliśmy z 6-7 incydentów dziennie, do 6-7 na tydzień!” - mama Zary

„Zanim w diagnozie Johna został sprecyzowany profil PDA mieliśmy zerowe wsparcie, 5 wydaleń ze szkół za sobą i bardzo ograniczony rozkład zajęć. Po ocenie potrzeb edukacyjnych* i utworzeniu planu działań otrzymuje właściwe dostosowania i wsparcie – nie zmieniło się nic, oprócz słów. Naprawdę sędzę, że bez uszczegółowienia diagnozy John byłby stracony – dla siebie, dla mnie i dla świata.” - tata John’a

** EHCP (Educational, Health and Care Plan) – Polskim odpowiednikiem byłby IPET (indywidualny plan edukacyjno terapeutyczny)*

„Od kiedy zrozumiałem PDA mogę lepiej wyjaśnić mój sposób doświadczania świata mojemu psychiatrze i przyjąć proaktywną postawę odnośnie zmniejszania codziennych wymagań. Wcześniej doprowadzałem się do umysłowej, finansowej i fizycznej ruiny zbyt wiele razy, po prostu dlatego, że słyszałem „możesz to zrobić, skoro wszyscy inni też mogą”.” - Tony

„Byliśmy coraz bardziej skonsternowani złożonością objawów jednej z naszych klientek i niemożnością zaspokojenia jej potrzeb przez nasz zespół, pomimo naszych najlepszych starań. Chociaż Sara nie ma oficjalnej diagnozy, korzystając z treningu o PDA byliśmy w stanie stworzyć dla niej unikatowe rozwiązania, które okazały się bardzo skuteczne. Zastosowanie odpowiedniego podejścia pozwoliło na zmianę z pobytu na zamkniętym oddziale szpitalnym oraz powrót Sary do własnego domu” - pracownik socjalny zajmujący się Sarą

„Praca z osobami w spektrum o profilu PDA wiąże się z kompletnie innym sposobem bycia, dla tych osób i dla mnie, ale to działa. Największym wyzwaniem i źródłem frustracji było dla mnie myślenie systemowe - powinniśmy być konsekwentni, nie negocjować, nie dawać wyboru, nie uznawać PDA. Czasem było to destrukcyjnym obciążeniem i dla osób z PDA i dla osób je wspierających.” - psycholog Bena

Dowiedz się więcej

Nasza strona jest skarbnicą wiedzy, zawiera między innymi:

- informacje dla osób w spektrum, ich rodzin i pracujących z nimi profesjonalistów
- strategie wsparcia dla osób z PDA
- materiały do ściągnięcia
- studia przypadków
- przykłady dobrych praktyk
- webinary/video
- nadchodzące wydarzenia i szkolenia
- usługi doradcze dla osób wspierających
- podstawy naukowe

Informacje są także regularnie publikowane na naszych kanałach w mediach społecznościowych.

Facebook - thepdasociety

Twitter - @PDASociety

Instagram - pda_society

Stowarzyszenie PDA oferuje przekrój szkoleń, które organizujemy bezpośrednio lub oferujemy na rzecz organizacji takich jak szkoły, domy opieki, lokalne urzędy, organizacje pożytku publicznego i grupy wsparcia dla autystów.

O PDA Society

Stowarzyszenie PDA zapewnia informacje, wsparcie i szkolenia na temat PDA dla osób w spektrum, ich rodzin i profesjonalistów. Chcemy zwiększać akceptację i zrozumienie profilu PDA w ramach konceptu „wielowymiarowości” spektrum autyzmu, oraz poprawić perspektywy osób w spektrum i ich rodzin poprzez skupienie się „na tym, co działa”.

Stowarzyszenie PDA jest zarządzane i prowadzone przez mały zespół, którego wszyscy członkowie mają bezpośrednie powiązania z PDA i których większość jest wolontariuszami.

www.pdasociety.org.uk

info@pdasociety.org.uk

numer organizacji charytatywnej: 1165038